# 人生必讀書

書卷

九十士

LIBRARY
JUN 14 1971
UNIVERSITY OF TORONTO

# 人生必讀書卷之九

瀫水唐彪翼修先生著輯

## 應世部

### 處事上

彪曰、凡事須整齊精密、又要恰好。毋令有些子不合縫處、方善

彪曰人生不能無意外變、故欲得事至時無倉忙急遽、必當於事未至時預先設備。倘平日忽略疎虞不加檢點、事至安能不擾亂也、

彪曰處事須提綱挈領、綱領得。則條目自隨之、事易理矣。綱領維何、以事之粗而易見者言之、譬如田畝册之舊管新收開除實在、

四大柱是也四柱立則千頭萬緒皆包括其中矣人能將此理推廣之則馭事皆有方何止田畝册籍乎

袁坤儀曰魯國之法有贖人臣妾於諸侯者皆受金於府子貢贖人而不受金孔子聞之曰賜失之矣夫君子之舉事可以移風易俗而教導可施於百姓非獨適已之行也今魯國富者寡而貧者衆贖人而不受金自玆以往無復贖人於諸侯者矣子路拯人於溺其人謝之以牛子路受之孔子喜之曰魯國自此多拯人於溺救人於危矣自俗眼觀之子貢之不受金爲優子路之受牛爲劣孔子則美由而非賜焉乃知人之善不論現行而論流弊不論一時而論永久不論一人而論天下現行雖善而其流弊足以害人

者。不足取也。觀於大聖之作爲而可知矣。

彪曰。遣人辦事。且宜少停。更一思焉。有順便事令之帶行。則可以省人費。

彪曰。處事甚難。惟深思之後。再與二三高明者細商之。方有成見。古人云。思而又思。問而又問。集思廣益。庶幾無誤。常人萬事不肯虛懷下問。妄作妄行。以致越禮犯分。得罪名教。甚或違條犯法。罹於官訟。壞聲名。破家產。若初時能虛懷下問。何至有日後之悔哉。

彪曰。凡事必謹密無隙。始無後患。不可因其人親密。全不設防。或後日失歡。多借此起釁。人情僥險。臨事之時。諒無妨礙四字。必不可置胷中也。

彪曰機事不容者不惟事不成且啓大患昔人每致謹焉韓昭侯與棠谿公謀國事謀成乃獨寢於他室恐夢言泄於妻妾而事壞圖大事者原當如此觀此則淺露之人不可與之遠謀與之謀必至泄漏也

彪曰有豪傑之才有豪傑之氣有豪傑之量有豪傑之識有豪傑之斷而後可行非常之事豁達明敏應變如流豪傑之才也堅忍凝定倉卒不驚豪傑之氣也汪洋廣大巨細皆容豪傑之量也見大慮遠億料過人豪傑之識也有功之賞不惜千金有罪之誅不爲姑息豪傑之斷也無此五者而欲效豪傑之所爲行非常之事未有不壞事賈禍者易曰德薄而位尊知小而謀大力小而任重

鮮不敗矣。可不慎哉。
鄭漢奉言事有宜急了者。有宜姑置者。了之所以安心也置之亦所以安心也。不了又不置。終日縈懷擾擾。究竟於事無益。
彪曰、或問張無垢處事當何如。曰萬事都從忙裏錯。速不如緩也。居官臨民。尤忌躁急。躁急則猾吏奸民乘機作弊矣。薛文清云。應事最當熟思。熟思則得其情。緩處則得其當。
曾三曰凡人應酬多不經思。一向任情做去。所以動多有悔。若心中有、一分檢點、便有一分得力處。智者之忽。固不若愚者之詳也。
彪曰。老成之人歷事多。識見透事之行止。其言甚當。而後生見爲迂濶者。非老成人迂濶也。老成之人如處山頂。後生之人如處山

足。山頂上人能見山下物。山足人不能見山頂上物。故後生不聽老成人言者。以見不到故也。

彪曰、凡中等之事。可與常人商之。若極大之事。關於終身名節。關於大禮是非、關於久遠利弊者。未行之前。不可隨俗草草。輕易行之。必當詢於極有學識者。雖隔郡隔邑。當親請問之。或遣人請問之。不可惜費中止也。余嘗有數大事不能自裁。諸人皆不能引古以斷。遣人請教毛西河、黃黎洲、毛穉黃三先生。得其指點。始有憑據。處之心安而理當。人皆服處事之善也。

彪曰、吾人爲事。未有不待時而成者。時未至而強爲。若登天之難。時既至而乃行。若燎原之易。逆風之舟。雖順水。數十人挽之。窮一

日之力而行不及百里。一旦風發。雖逆水不用牽挽。而其行也如
鳥之飛。倏忽數百里矣。時爲之也。是以君子不貴先時而用。貴待
時而行、

彪曰。所謂才者。固在聰明。亦在精力。人雖具十分聰明。若精力不
及。止宜作五分事業。庶恢恢有餘地。而功易成。若不顧精力強爲
七分事業。必然展布不開。氣竭神勞。而事難集矣。若更不顧精力
強爲十分事業。則審機必不審、度務必不精。不但展布不開。且顚
倒錯亂。禍患隨之矣。程子云。所見所期。不可不遠大。然行之亦須
量力有漸、不可過於強勉也。

彪曰。凡人臨大事有利害可畏之甚者、不可心緒張惶。惟當以寧

靜鎭之。且自閉門靜坐。反覆細思。如何寬解。如何安頓。當用何人料理。能如此。必有善處之術。若張惶浮躁。心緒旣亂。不能細思。必有錯誤矣。古人云、劍戟交加。虎狼覿面。而毫不驚惶者。然後可以擔當大事、蓋寧靜二字。處大事之妙法也。

徐學聚曰、凡應大變。處大事。惟靜定凝重者。始足任焉。漢武帝因不移步識霍光。因不轉盼識金日磾。亦是竊見靜定凝重處。故逆知其可以託孤寄命也。虎謂堅忍寧靜。非易能也。其所以致此之根本在何處。宜細推之。

虎曰、或問班仲升、韓穉圭、能於倉卒患難時。處事不亂。是其才耶。抑其識耶。曰、才識只居得小半、更有大根本在焉。彼其胸中明達。

見得義理重。軍國之事重、已之利害死生輕。故班仲升能以三十人制服遠。彛韓穉圭夜半獨遇刺客而不亂。蓋其胸中。平日有定見。有涵養、原不置死生於心。所以處之裕如也。

處事下

瑄曰人之處事第一念爲已籌度第二念卽要替人思量有利於已無損於人乃可爲之若利已十之七損人十之三卽須決意止念況利全在已害全在人者豈可爲之爲之必爲天所不容也

彪曰多事易省事難以常人之事皆自嗜慾與意氣中來故省之爲極難也然則眞欲省事者惟當先治其根源始易爲力焉

先哲云人事減省一分便超脫一分如交遊減便免紛擾言語減則寡愆尤思慮減則精神不耗彼不求日減而求日增者眞桎梏此生者也

馮琢菴云事之初起往往甚小因分人我而漸大因爭小利而益

大事已。觀之又甚小。故善處事者。大事當使之小。濃事當使之淡。

唐代宗時。劉晏造轉運船。每船與工價甚浮。或言所用不須如此。晏曰。大事不可以小道經理。凡所創置。須謀經久。船場既與執事者衆。須有餘剩之利。養活衆人。令之私用不窘。則官物牢固。不在省費也。特貴省察。不可令其草率從事。仍不堅固耳。

彪曰。豪傑見識高遠。毅然任大事於其身者。能將分功分利之心。預先與人說破。則人不妒忌。故能成功也。

班超初爲蘭陵令。後坐事免官。徵車騎都尉竇固出擊匈奴。固知超才大可用。權以超爲假司馬。令超將兵別擊伊吾。大獲勝。固乃益喜。遣與從事郭恂同使西域。超到鄯善。其王廣奉超禮敬甚備。

忽更疎慢。超謂其官屬曰、能識廣禮意薄乎此必有北虜使來、離
間狐疑。未知所從故也。明者睹於未形。況已著乎、鄯善王藏北虜
使。勿令超知。超窺得其微。乃召鄯善王用事、近臣、詐之曰、匈奴使
來數日。今安在。近臣惶恐具言其狀。超乃閉其近臣、悉會其吏士
三十六人與共飲酒。酒酣因激怒之曰、卿曹與我俱在西域。欲立
大功以求富貴今虜使到數日。而王廣禮敬卽廢。如令鄯善收吾
屬送匈奴。骸骨長爲豺狼食矣爲之奈何。官屬皆曰、今危亡之地。
死生從司馬。超曰、不入虎穴。焉得虎子。當今之計。獨有因夜以火
攻虜使。彼不知我多少。必大震怖。可盡殄也。滅此虜。則鄯善破胆。
功成事立矣。衆曰、當與從事議之。超怒曰、吉凶決於今日。從事文

俗吏、聞此必恐、而謀泄。我輩死不旋踵、大非計也。衆曰善、初夜遂將吏士往奔虜營、會天大風。超令十人持鼓。藏虜舍後。約曰見火然後鳴鼓大呼、餘人悉持弓弩、夾門而伏。超乃順風縱火。前後鼓譟、虜衆驚亂、擊殺三千餘人、餘衆百許人悉燒死。明日乃還、告郭恂。恂大驚、既而色動。超知其意、舉手、曰掾雖不行。班超何心獨擅功乎。恂乃悅、於是召鄯善王廣以虜使首示之。一國震怖。超曉告撫慰、鄯善王遂納子爲質。還奏天子、天子嘉其能、優賞之、

先哲云、一切常上物件。皆令頓放有桌、其當用之物當讀之書、從容取出。不得信手翻亂。用畢讀畢復置原所。毋使紊錯。彪曰、遠人寄音書。內多要緊之事、遲且不可、況躭擱乎、故必於其

託我之時細心揆度或一時不能起程或路途有羈絆或到家有他緊要之事無人卽時代送者寧婉辭之倘受而爲之延擱誤人大事招怨恨損陰騭不可爲也更有窺人陰私而背拆其書信者則眞無良小人也

搢臣曰赴酌勿太遲衆賓皆至而獨候我則厭者不僅主人不赴則早辭勿令徒虛費

虎曰歲底親友之贈遺工人之辛力必宜及早與之遲則諸物皆三倍其價矣窮親與僱工安能當此乎

搢臣曰巡更守夜爲富貴之家防盜而設非爲守貧人之家財而設也試思貧賤之家有何物可以竊盜令專役貧賤之人而富貴

者反安然高臥於心安乎

附錄　事無大小以理爲主然我雖依理而行恐所遇之人或愚者不依理强者不畏理奸猾者故意不循理則理又有難行之處便當審度時勢從容處之若小事寧可含忍倘萬不能含忍之大事則質之親友鳴之官長辨白曲直彼終越理不得自然輸服若恃我有理便悻悻生忿任意做去則愚者終不明强者終不屈奸猾者必百計求勝是有理翻成無理矣（知此決無爭訟之事　顧體集）

凡交易必須項項合條即無後患不可憑恃人情容契不爲之防或有失歡則皆成爭端如交易取錢未盡及贖產還欠不曾取契之類（袁氏世範）

凡與人田產錢財交涉者。定要隨時討個決絕。拖延便生事端。温氏母訓

凡人出外。每帶器械防身。能帶未必能用。不特令人疑有重貲。而且防我害彼。勢必先下毒手。是防身適足以害身也。每見江湖老客。衣囊簫索。錢財祕密。不貪路程。不冒風浪。擇旅店。慎舟人。禁嫖絕賭。節飲。醒睡。而寬袍大袖。粗帽敝衣。未嘗見其失事也。願體集

邱瓊山曰、君子於天下事。亦惟其可以久而不變。以吾心之果安。及人心所共安者行之。則永絕後悔。亦烏用深謀詭計哉。

每常思量行事、所以錯處多是有忽之之心。且如使人做一事。丁寧諄復。其中亦有意以爲易曉而忽之不囑者。少間事之差處。都

由那忽處生。朱子語類

涉世

**總論** 虎曰、鄭子產對子皮曰、人心之不同。如其面焉。吾豈敢謂子面如吾面乎。人人各一面。則人人各一心可知矣。如靜躁不同。彼喜動此喜靜也。見識不同。此見以爲是。彼見以爲非也。好惡不同。好繁華者喜奢。好樸實者喜儉也。起念不同。心乎私者爲私而爭。心乎公者爲公而爭也。性遷於習。習於善者不能爲惡。習於惡者不能爲善也。則人心如面之言。不可易矣。不特常人如此也。韓琦富弼范仲淹天下之大賢。宜乎所見無不同矣。而議朝廷大政每多互異。爭論之時。儼如讐敵。此無他。品行雖同。而才智學問大小有異。故議論不能相合也。此又人心如面不同之一證也。虎年

七十而悟涉世之理焉曰與人同事而欲其盡如我意必不可得之數矣

彪曰淡泊之士必爲濃艶者所輕檢飾之人多爲放肆者所憎或同居一處凡事宜渾融不露圭角或有事本宜如此彼堅執不從苟無大害且依彼行之魯人獵較孔子亦獵較聖人之妙用也

彪曰事之有碍於理而又有利害關於人者必當改去雖違衆論不必避也若事雖非正理而却無害於人習俗通行且從俗可也必欲改更則不從者多不但有玷於聲名而且有害及身矣

瑄曰余曾遇數事料其必如此歸結矣而卒不然又嘗遇疑事以爲必出若人也而卒非其人故人生涉世未定之事不可輕以臆

斷無據之事。不可輕以指人。
薛文清云禮義廉恥可以律巳。不可以律人。律巳則寡過。律人則寡合。非涉世之道。
先哲云伯夷不立於惡人之朝。不與惡人言。可謂離世絕俗矣。然不念舊惡。未嘗流於刻薄也。柳下惠、祖裼裸裎亦不相惡。可謂和光同塵矣。然不以三公易其介。未嘗流於卑賤也。合二聖人之行觀之。可得涉世之道矣。
搢臣曰、事有急之不白者。寛之或自明。人有操之不從者。縱之或自化。黃山谷云、面前逕路。須要放寬。纔好容人往來。若太狹隘。不惟有碍於人。恐自已亦無展足之地矣。故曰待人能寬。不惟使人

無怨。卽自已亦省許多窒碍也。

先儒曰、人之性行雖有所短。必有所長。與人交遊。若止見其短不見其長。則一刻不可同處。若念其所長。置其所短。雖終身與人交遊可也。

先哲云、凡人取人。當取其新而不記其舊。若止記其舊。不察其新則合吾意者少。無可用之人矣。人生涉世。安能竟不用人代勞哉。

先哲云。德盛者其心和平。見人皆可交。德薄者其心刻傲。見人皆可鄙。觀人者看其人口中所許可者多。則知其德之淳厚矣。看其人口中所未滿者多。則知其德之涼薄矣。

先哲云、世路風波。不能盡免。細思惟有讓人爲妙。肯讓人則能受

虧忍辱。爭端自息。諸怨自解。意外不測之禍。從此消矣。此應世之大關鍵。常人必當勉强學習者也。

先哲云、涉世應物。或遭橫逆。譬如行山徑中。為荆棘纏衣。徐行緩解。荆棘自去。若一躁性急欲去之。則左鉤右牽。愈加纏擾。人處橫逆、當知此理也。

先哲云。市井街巷。酒肆戲場。皆小人雜處之地。我或偶爾經遊。容貌言語。必須周旋謙讓。庶可遠於淩侮。或遇豪横之子。狂醉之徒。觸犯於我。宜速避之。置若不聞。不但省胸中煩悶。且可免不測之禍端。

推原無心過失　彪曰、人生涉世。有忽略之事。有過激之言。二者

皆不自知若知之必不施之於人矣故人涉世遇人有斯二者宜代爲推原以爲彼之過端彼必不自知也勿置芥蒂於心惡怒可釋矣若不能則當直言以告令其知之彼必知過而謝罪矣乃世之人不然緘口不言他日乘其有隙即搜索過端以報之若受報之人能自反者必思曰彼如是加我或我平日有怨於彼彼故如是不然何無故而加我以不情之甚也虛心下氣問其所以彼將開誠言我之過怨可由此兩忘矣無如亦不能也於是怨毒相加至於展轉反覆而無休息若更有讒人交搆於中則其報復益烈嗟乎忽略之事過激之舉人孰無之既不能推情寬恕復不能坦懷直告至令展轉報復而無休息豈非自成其釁也乎

彪曰人或失禮於我我能代彼一想必得其所以然自能消釋芥蒂卽是我之眞學文也

**涉世莫善於禮** 彪曰禮爲應世準則待富貴人以禮撙節於其間則可以省浮費待貧賤人以當然之禮相接則不流於輕慢可免怨尤

**接見小人最當謹愼** 彪曰凡與小人相見宜謹愼毋輕忽屏去衆務加意周旋察其來意審其去情和顏悅色以結其歡恭敬謙虛以殺其怒然後可以免禍可以保身此見小人之道也我思古人得其道者惟郭汾陽乎盧杞請見汾陽屏去侍女然後見之人問其故汾陽曰杞貌陋而怪婦人見之必笑笑則吾禍不可勝言

矣夫汾陽功蓋天下位極人臣杞位尚出巳下何畏之若是哉蓋深知將在外相在內從來良將皆爲奸相所害也杞陰險小人豈可少不檢點起無窮之禍哉其敬慎精密如此故雖以盧杞之惡而亦不能加害焉

徐文遠見王世充下拜或問曰君倨見李密而加敬王公何也文遠曰李公君子也能容賢士王公小人也能殺故人吾何敢不拜耶

**待小人不可無法**

彪曰待小人不可無法法者何謙恭和藹不露圭角縱彼以不情相加泰然受之不與相較若不知其有此事施於我者此妙法也若與之角氣則必成大害何也我懷惻隱畏

淸議畏損陰隲。審前度後。必不肯置人於危險。小人兇如狼虎毒如蛇蝎。辣手辣心。略有微隙。即欲壞人之名。破人之家。傷人之命不畏天地。不懼惡名。不慮後日結果。不念子孫報應。若與之較。則立見大禍。不幸與之同族同里同官同事。雖被其欺淩。不宜見於言語。其所作爲之事。我雖知之甚詳。必不可向人言及也。至若身爲大臣。及爲諫官。則又有處之之法焉。待其罪積惡彰。然後候其有隙而功之。庶事成而無後患矣。其法見於東坡大臣論中　蘓子瞻云。君子待小人。須內以自固其君子之交。而厚集其勢。外以陽奉而不逆於小人之意。以待其間。寬之使不吾疾。狃之使不吾慮。啖之以利。以昏其智。順適其意。以殺其怒。然後待其發而乘其

隙。推其墜。而挽其絕。故其用力也約。而無後患。莫爲之先。則君不怒、而勢不偏。如此者、功成而天下安之

彪曰、一人問於有道者曰、吾與奸惡爲鄰。被其百方欺害。何以處之道、者曰、只是讓他忍他避他遠他。再過幾年。彼自有不能欺我之時也。

彪曰、勢紳豪宦得勢之時。鄉人一切田產。有可欲者。必百計奪之。古器珍玩。有可愛者。必設計謀之。庶民之家。勢既不敵。必當讓焉切勿與爭。逮其稔惡之深。天譴之加。子孫自能敗其祖宗之橫得者。以還歸於人也。又有強族巨憝。恃其惡才。橫行鄉黨。欺蔑單寒設機布械。加橫禍於人。攫其財產。受其欺者。當廣才力勿與致爭

逮其稔惡之深天譴之加則無故而自罹於憲綱有智謀所不及救者大抵作惡而禍未及者必於他時無故而受其報所謂天網疎而不漏也

彪曰小人固當遠不能卽遠切不可驟疎之驟疎則必加禍且當下氣以待之不幸有財利相値宜故讓之以快足其心志由是漸漸疎使彼不見疎之之跡庶幾可免於害矣

彪曰待小人之法只是遠之避之或有事相値宜委曲恭敬之彼或以橫逆加我則忍之讓之彼所作爲之事違天背理吾絕口不言其惡彼雖有奇謀巽算不能加害於我也

先哲云覺人之詐不形於言受人之侮不動於色此中有無限意

味無窮受用。

彪改成語云、鋤奸杜倖。不可太甚。當令其有一條去路。彼不至於百計求生。則我亦可安枕而卧。不然、彼將求免之心。改而爲害我之心。我反受其害也。譬如塞鼠穴者。諸穴塞盡。必穿壞他好處而出矣。

彪曰去小人但去其首惡可耳。欲鋤而盡去之。則必生大變。而禍及其身。昔袁紹欲誅宦官。張讓趙忠等。多召外兵以捕之。讓忠雖誅。然漢室由此而亂矣。曹操曰、小人不可盡窮究。但誅元惡。止須一獄吏足矣。何必紛紛召外兵哉。徒亂天下耳。操雖奸雄。然其言却不可易耳。

彪曰、君子不可輕受人恩。小人每以飲食餌君子。一受其飲食。便
爲入門之媒矣。
薛文清云、君子以莊敬自持。則小人自不能近。
彪曰、確知其爲小人。雖有功。止可優之以賞。不可假之以柄。
郭開符曰、小人當遠之於始。一飲一啄。不可與之作緣。不可因其
曲意奉迎。遂相親信。久之爲其所賣。始悔初時之不慎。已無濟矣。
彪曰、我見識高他人。行事不當於義。再三阻諫。理當然也。但有必
不可過者在焉。愚魯之人。胸中不明。原不知理之是非。事之當否。
數數與彼言。愈加不悅。亦有胸腹略明。知我所言甚是者。但賦性
庸懦。安於不肖。不能改過從善。初聞吾言。亦或領受。言之再四。激

成其怒偏欲與吾言相反矣子游曰事君數斯辱矣朋友數斯疏矣此等人情物理非閱歷過者竟不能知也

彪曰與人同事我欲從理彼欲行私起念不同議論遂異一爭是非便成水火此際當速轉機關聽其所爲趨而避之止求無玷於我身名足矣若不知幾復與其事彼必用術以惡名歸我令我無所逃避願涉世者知之也

彪曰人既登仕籍而又才名過人或適際奸人擅權舉朝皆趨附我不顧名義而亦效之則喪廉敗恥爲世人指摘曰後聲名大壞矣若毅然拒絕不少加委曲不特不保祿位且或加我以奇禍此際殊難措置有識者不必太矯情凡有公事舉朝皆謁賀我不妨

隨衆至門。但不可因彼稍加親厚。我即爲其所餌。與之親密。更不可因親友請託。爲之關說。日後敗露。罹於奸黨。百喙難辭。甚可畏也。但置身於恬淡。委曲以避其禍。而不爲其所餌。不爲其所污。此則賢者之行徑也。

彪曰。貧親寒友。原與我情誼相關。我雖囊篋甚空。彼心有望於我。其來借也。原無償意。我不知其意。而傾囊借之。滿望其償。久而不償。或加取索。從前美好情誼。因此變爲仇怨矣。不若抹去借字。度吾力量賙之。何其善也。若力果有不能。當緩辭謝之。不可遊移。輾轉。先諾而後悔。自取大怨也。

彪曰。人無故而招毀謗。皆起於不知避嫌。如賭場妓館。寡婦之居。

足跡一到便起人無數疑衷讒言交集不可不愼
昔賢云黄潤玉至京師覓旅寓有富翁招先生寓其家次日知其人無子僅有一女潤玉即日辭去或問之曰瓜田不納履也
搢臣曰與現任官交際往來不可頻數既屬相知必不疑我爲疎亢或事應面謁亦不必屏人祕語恐有非宜之舉疑我與謀又恐與我有隙之人適値有事疑我下石焉
彪曰凡親友託我經營大事或託排難解紛不能不代許謝金先用銀錢也此際須宜愼重我既任事必使後日無有齟悔斯善也若不令託我者立劵約以爲憑據則事成之後無良者多有負約至於賠償往往有之雖悔無濟矣蓋人情難測即至親密友不可

輕信輕任此亦涉世之一大關鍵也

附錄 人固不可多事然親友有義不容辭者以事重託理宜委婉力行行至不能行處而親友亦自見諒近見一種自了漢止知自吃飯自穿衣若人稍有所託卽沉吟推諉生平未嘗代人挑一擔解一事及到有事未必不求人若人人似我又當何如 顧體集

凡應人接物胸中要有分曉外面須存渾厚 同上

凡人涉世無不好富貴不知富貴二字豈是容易享受其上以道德享之其次以功業當之又其次以學問識見駕馭之如道德不足享功業不足當學問識見不足駕馭雖得富貴何能安享是以君子每兢兢業業以保守之非畏富貴之去也每見富貴之去必

有禍患。以驅之。正懼禍患之來也。同上

人生必讀書卷之十

瀫水唐彪翼修先生著輯

## 理財部

### 理財

統論生財之理　彪好財箴云、人生日用莫切於財。大利大害。咸從北階稽古聖賢。往往不諱但可生之。豈宜沈醉違命妄營、以基禍根、何如清白、以貽子孫。子孫勤儉。何用吾憂。子孫惰奢。空作馬牛、吾劝世人、毋事多求。殷勤課子。書史箕裘。農商垂訓。諸藝貽謀。

彪曰富有三等。曰本富。曰末富。曰奸富。詩書農桑。生人之本務也。士與農夫。其生財也。勤以成之。儉以積之。求利於天。毋須機巧、士言

人與農夫所爲之事皆聽于天無所庸其機巧故謂之本富也商賈積著經營積著買賣經營也
久居市井其求利也不無機械機械卽巧詐也多利已而少利人故謂之
末富何謂奸富其貿易也或串假以欺人或易秤斗以爲出納言出
則以小秤斗而入則以大秤斗也或盜閼匿稅盜偷盜也匿藏匿也或私販鹽茶或冐險硝
磺游手之徒或爲中媒以騙利中借貸交易之中見也媒媒妁也或事窩賭以求
貲胥吏或舞文弄法不顧身命以作奸犯科胥皂額差役也吏書吏也舞文文書作弊
賓也弄法變亂法役科律也言作奸犯律也雖曰得富名之曰奸言正人必不爲此也
故曰本富爲上末富次之奸富最下豈虛語哉
彪曰吾見有貧無立錐徒手致千萬金者矣有父負人債父死子
年甚幼卽能生息成家且完父債者矣有父遺貲財田産以數萬

計不轉盼而敗壞甚或至於流落不堪者矣成與敗何相懸賢與不肖何大異此無他一勤儉一惰奢也一虛心下問一恃才獨斷也一凡事精細一凡事粗疎也故相去若天淵也人可不細思其所以然哉虛心者能請教于人凡事多商量也獨斷者自恃有才不屑問人不肯商量也精細者凡事細心檢點不以嘗付託他人竟置不察即極細事物亦必察其孰優孰劣粗疎者凡事不精細糢糊過去自謂己是也

儒者必宜兼理財

彪曰許魯齋言儒者以治生爲急務謂士人理財莫切於務農商賈雖云逐末亦無不可兼爲者語云家有常業雖荒歉不飢人無常業者必不免於飢寒由是貪利忘義不顧廉恥走險如鶩刑戮且隨之也古之智士負經而鋤負薪而讀不辭兼營俗務以養廉恥者誠有見也淺儒反以爲俗而鄙之豈不

大悗乎哉、

人生貴有生業　張黃岳曰人有數子者。豈能皆讀書。以其半讀書以其半治生可也治生無讀書者助其體面則生計亦不成就讀書無治生者助其衣食、豈能餓而讀哉。故兩者恒相資。不可以讀書爲高。治生爲下也。

先哲云起家之人。生財有法。乃憂慮不免於飢寒。敗家之子、生事日消放蕩遊佚。華衣美食。不復自計此其困苦雖在晚年。而有識者於其少壯之時已早決之矣。

先哲云、人須各務一職業農工商賈、一切技藝。皆可以定志。可以養家豈必盡讀書哉。若游手好閒。不務常業。必入於非爲。入於非

爲必罹於法網。豈止日後饑寒也、故子弟不可與游手之徒交遊、恐下流易入。效其所爲也

搢臣曰、少年子弟。斷不可令浮閒無業。凡人一有職業。則心有所向。身有所拘。外而經營。內而謀畫。自然無暇他想。若游閒無業。飽食終日。必然流入酒色賭鬭之中。無窮惡事。俱從此出。蕩家貲壞品行。勢所必至。故爲人父兄者。於少年子弟。必擇一業。令其成習。非必求得利也。卽其事無大利。亦可以拘束身心。演習世務。諳練人情。長其學識。卽此是大利益矣。豈必得金哉。若游閒無業。卽是下流之根。貧窮之本。雖遺金千萬。有何益哉。

彪曰、洪武初年。有令凡游手博奕之民。不務本業者。捕而禁錮於

一所名逍遥牢又養指甲一寸餘者悉令編入充軍名長甲軍此豈苛虐之政哉蓋非此則奸民不去盜必不能息欲弭盜賊者惟此法爲第一也聖王之美政豈淺人所能測度哉

張安世家僮數十人皆有技業虞悰治家亦使奴僕無游手此紳臣之最有家法者也至於鄧禹身爲帝師位居侯王富貴極矣有子十三人讀書之外皆令各習一藝推鄧禹之心蓋欲拘束子孫身心不使其空閒放蕩即或爵除祿去子孫亦有以資身不至飢寒潦倒其爲子孫謀何深遠也　彪集

彪曰人之生財宜度量己之才能與己勤惰若甘受辛勤而又才能有餘則可兼營數事若不肯辛勤而又才能短小止可專營一

事苟侈心妄想以求兼營則必無所成就矣

生財不可辭細務

虙曰富貴之後坐食而無生理家計日貧人勸之躬耕則云不耐勞苦勸之生理則云苦之本貲然而細微經紀可勉爲也乃其人必不屑焉以爲有玷於家聲未幾貧困至極下流汚行無不爲焉何向者無玷家聲之事乃不屑爲而後日大壞於家聲之事竟甘心爲也豈非顛倒之甚乎余嘗觀貨殖傳所載自猗頓以下猗音伊伊頓人名巨富者凡二十五人皆名顯於當時且垂於後世其初皆起於細瑣貿易可以鑒矣又若大聖大賢雖不爲生財起見處貧約時何嘗不躬親細事以養親養身也舜嘗漁於雷澤陶於河濱矣伊尹孔明嘗躬耕隴畝矣傳說曾爲版築矣

膠鬲亦事魚鹽矣又若買臣之賣薪卜式之牧羊何嘗非細事何嘗玷聲名天地間有盛必有衰富貴之後甚可危也乃不務細瑣之生業以養身家勢必至於飢寒廹身放僻邪侈無所不至大玷於祖父之聲名也

生財在量入爲出　彪曰、人家一歲所入百金之財止用七十金則留餘既多財漸充足是謂富家不必千倉萬箱始稱富也一歲所入百金費用八十所餘平常產業雖多只名中富謂蓄積無多也若一歲百金之入用九十金所餘微渺是謂貧家一日有婚姻喪葬旱潦火盜之事無所取資不免於借貸鬻產故曰貧也若夫所出之數與入相等毫不留餘一旦事至束手無措鬻居廢產不

能免矣。甚且飢寒廹身所爲之事有不堪言者。此其人殆未知理
財成法者也。

彪曰、人生莫大之事當勉强盡禮者。莫如親喪。然聖人猶且言喪
事稱家有無。則凡事益當量入爲出可知矣、是以治家之道無他。
惟將一年所入詳開悉列爲數若干。復將一年所出詳悉開列爲
數若干。必於十分之中留餘二分。一以備婚姻喪葬諸大費。一以
備旱蝗火盗疾病之不虞。一以備修葺屋室墳墓廢壞之用。皆必
不可不蓄積者。倘不計及於此。每年所入用之殆盡不留餘地。一
旦事至、無所取貸。不能不借貸鬻產。如此安有不破家者乎。

揩臣云。凡人一生未必盡是逆境。至貧賤人亦有幾日好運。只爲

看得容易錢財到手恣情輕用以爲去必復來誰知事幾錯過不可再得何能蓄積成家若肯得寸守寸得尺守尺小成局面何至來艱難困苦

彪曰禮言時爲大者因年歲之豐歉財貨所獲之多寡以定出入之數焉故年飢荒君去羅綺而服布衣若大旱大水大虫則祭不作樂君不殺牲以舉盛饌大夫不食膏粱士飲酒減其半闕梁山澤皆不取其賦稅土木之工不興故年雖大凶不必恐懼有禮焉以爲之樽節也

公羊傳曰國無六年之蓄曰急無三年之蓄曰國非其國也家國一理也人家之用財安可不以此爲準則乎

理財貴從師學習　彪曰人家子弟讀書者每從師二十餘年不出學門所學猶未必精工商賈之術事雖淺近不比讀書明理之難然亦必有師傳方能知其準的若謂無待於學也范少伯司馬子長諸人不必著書垂訓矣故欲爲商爲賈宜多方請教精於商賈者諺曰欲知山下路須問過來人非虛語也

生財在能用人　彪曰凡腹心必藉乎手足未有無手足而可以有爲者故欲理財足用必欲得人相助陶朱公曰治生者貴得人而任時任及也言要及時也太史公曰白圭之善於生財者不但能節飲食粗衣服忍嗜慾忍嗜慾言不近聲色不好珍玩也又能與用事僮僕同其苦樂也同其苦樂言與能幹忠勤之僕同其衣食勞逸也

彪曰凡欲理財必須得人相助而得人最難非時時採訪遍詢於人遍詢遍問也從而察其性行性行性情品行也與其才能雖有其人吾烏從而知之也又鉤知其人人未必肯爲我用必宜多方招致未有泛然招之而即爲我得者人之有信行兼才能者從來不肯輕爲人用也三致五招庶可得矣

貸押最當慎重　彪曰凡人之輕於舉債者全不將前後所入所出之數計算慒慒然以爲他日有可以償也不知家無生息今日既不足他日安得有餘然則人止圖目前行者如意輕於舉債而不顧後日償債之難者真失算之甚自欺之甚者也若有才有志之人必量入爲出不置後日困苦如度外矣

搢臣曰借貸之時本意亦是暫用且有他件抵償誰知意中之物成虛紙上之累已實當早爲割愛變産以償之若惜産沽名借債還債是利上加利負累既久出息愈多前之田産器物不忍棄者至此棄之亦不足矣

搢臣曰凡當物至期不能取贖者頗多此際將欲變賣而物在質庫欲賣不能勢必加納利息轉票延期倏忽之間滿期又至其物仍在他人之手

母見富屋暴貧多蹈斯弊故人於缺用之時欲將物暫押銀錢度其月數可贖則行之否則不若變賣應用餘者留以生息不數年而原物可製矣非勝筭乎

## 理財 中

彪曰、或問云人生無事不需財、故無不營營於利。亦無不因財而壞品行者、亦有善處之法歟。余曰有之、一在擇術、孟子曰術不可不愼也。仁與不仁、由擇術而分。故擇術正、雖日經營於財利、而亦不至於喪良。擇術不正、少有計算營求、亦必至於叢過。擇術之法、不可因貧而窩賭、誘人子弟也。不可用炮火鷹犬以傷禽逐獸也。不可貪口腹而椎牛屠狗也。不可爲媒爲保、而令人財物落空致人官訟也。不可因商賈貿易、串假僞之物以誆人也。爲貧士者、不可武斷鄉曲、出入公門、而平地生波也。此數者戒之戒之、必不可爲者也。其有雖不可而不能禁人不爲者、但當日夜思維吾力不

能擇術而茍且爲此已非善行則當充無欲害人之心爲册書者不可飛洒錢糧損人利已也爲胥吏者不可搜尋弊竇誘官施行也不可得財枉法令人寃無伸雪也爲兩班者不可借勢居奇勒索不已也兩班者謂爲皂快差役也爲訟師者代人伸寃不可虛架大題令受者破身家令告者坐反誣也能如此亦無害矣世人於財習當如此至若貧賤者更當安命吾命當無妻子也雖終身竭力營求必不能得妻子之奉養吾命當缺衣食也雖終身喪良妄求必不能得粱肉綺羅之適體故知命已前定不可絲毫轉移則一切因利造孼之事自然不願作矣此貧賤者以義制利之法也富貴者之利財也其義有三一在知足我高堂大厦冬温夏涼綺羅輕煖不

脫於身肥甘膏粱不絕於口豈知有草房茅舍廚灶欄厠皆在一室者乎豈知有寒無綿被直卧於稻草中者乎一日三餐薄粥尙有不飽者乎常以此自反於心自然知足矣二在明於道理我雖積財如山身既死則不能分毫帶去惟因財所造之孽友種種隨吾身也三當知子孫貧富有命我不能以多財與之也彼命優我不遺之財而自然有之彼命薄雖以萬金與之彼亦終不能擔受不數年而敗去矣知此三者愼毋爭數十金之利而傷兄弟手足之天倫也不可爭數金之利而令親戚朋友情誼乖絕也不可因人借貸押典而取過則之息也毋因交易而斗斛權衡入重出輕也毋慳吝太過而令諸禮盡廢也毋淡泊太過而令婢僕怨恨也

此富貴者以義制利之法也。或又問曰中等之家亦有法歟。曰中等之家。既不至於飢寒喪艮。亦不至於因富造孽。農工商賈各安本務。酌富而持其大綱。凡事量入以為出。每歲十分留二三以備不虞。毋爭虛體面而多閒費。此中等之家理財之法也。理財之道。大概不過如此。

宋潛溪曰、積邱山之善。尚未得為君子。貪絲毫之利。便已陷於小人。

彪曰、利可共而不可獨。利專於已。怨必集焉。及禍到而悔之。斯無及矣。

彪曰、禍患之來。皆生於財。敗名喪節、皆起於利。苟不貪利名。從何

玷禍從何生。顧希武曰積財可以備患。患亦生於多財、與其患生於多財。孰若少財而無患。名言也。

昔人云、厚利之事少為衆爭之地、莫往以其物極則反害將及焉故也。

瑄曰、富兒因求貴傾貲。汚吏以黷貨失職。初皆起於欲增所無。而卒至於喪其所有也。苟能泯其貪心。而安分守節。則何奪祿敗家之有。

彪曰、老子云、取非義之財者。譬如毒脯救飢。鴆酒止渴。非不暫飽。死亦及之。故取不義之財。以供權貴包苴。取不義止財。以營求官爵。搆造巨室園亭者。皆誤用其心者也。

君載曰、人之存心仁厚者。其用尺度量衡。必公平均一。不貪小利。以虧他人。此卽善也。其存心私刻者。專圖利已、買物賣物。異其尺秤。借出收歸。異其斗斛。輕重大小之間。得利幾何。而喪失本心甚矣。蓋幽暗之中。鬼神在焉。人可欺天可欺乎。未有不遭天譴者也。古人云、人之富厚。雖由於智識勤苦而得。然亦有命存焉。其間有不達者。乃欲以狡詐。求之米麥水鹽加灰滲串油之類。僥倖獲利。欣然以爲得計。不知造物隨卽以他事取去。終不久享。所謂徒造孽也。何益之有哉。

彪曰、借貸取息。是貧富相資。不有闕者。然二分以外。三分以內。皆爲正理若取四分。卽爲過則過則取利。雖能驟富多不能久。欲圖

久富者宜於刻薄二字戒之哉

光裵曰頃有富者貪利苛刻計及錙銖平時一意吝嗇不知禮義爲何物也身死子孫不哀痛不治喪羣相鬬訟其處女亦蒙首執牒訟於公庭以爭嫁資爲鄉黨笑其子孫自幼及長惟知有利不知有義故也

張中佳父兄弟姪以分析忿爭動指天罵日互相咒詛不數年間死喪殆盡所存一房乃平日退讓不動聲色者遠近無不驚怖告戒

宋節度使米信貪吝聚斂積聚百萬緡其子豪侈浪蕩以信在不敢自用家財但於富室處借錢使用約於父一死後卽如數盡還

也信卒數年縱蕩罄盡至依獄卒餬口吁銖積寸累今何在乎向使好施以留餘植德以遺後子孫何遽至此

丁湜熙寧九年得捷南省鄉試榜相國寺一術士見之謂湜曰君氣貌極佳今年鼎甲當屬君矣時同榜二蜀士多貲好賭湜勝六百金如數携歸又數日詣寺中術士驚曰君今氣色大非前比得非有損人利已之事乎湜以實告誠有之悉以反之可乎曰既發心冥冥知之果能悔過尚可占甲科湜還其所得後湜僅奏名第六夫賭人輸財出於情願尚有如此譴黜況進此者乎雖然賭人之設心制行謀其室中之所有奪其祖父之所遺使彼亡家殞身實由於此是談笑中之盜賊也嗜賭者慎勿以古之豪人爲口實

紹興丁夘大饑。流民滿道。饒州富民叚廿八。積穀數倉。欲索高價。官遣吏借賑。許諾。次早叚見飢民多集。退悔不發。衆方喧噤。乃與家人閉門拒之。忽天雨晦冥。雷火大作。焚其所貯殆盡。

先哲云。不肖子孫不肯作家。無論已。至如肯作家者。十分吝財。一絲不漏。亦不是好消息。其家必有奇禍。凡人於宗族鄉黨。必宜以禮聯情。錢財出入。須是略寬些子。庶不至爲人怨惡。祚方綿遠。

## 理財下

南陽李文達之祖。家種棉花。載湖湘間有三商買其花。價三百金。已付訖。寓忽失火焚燒殆盡。三商欲自殺。李慰之曰、汝貨未及舟。尚爲我物。物失値存。我應還汝。汝失此本無以爲生。我尚能立業。卽還其價。文達祖卒。其友數輩入山中。忽見旌幢騶從滿野。文達祖如大官在輿中。

劉留臺少極貧。於浴堂中拾金一囊。託疾臥留不去。次早一人號哭而來曰、八年。辛苦。積金百緡。醉浴於此。忘取而去。劉悉還之。商分半以謝。不受。及歸。聞者交譏。公曰、若掩人之物爲已有。是欺吾心也。欺心必有災禍。況商人半生辛積。一旦失去。或難還鄉。必死

非命。所害非小。寧安分以過餘生。終無悔也、既而父子登第。公歷官五十年。子孫登仕途者三十三人。

馮俊爲秀才時。爲商於山東。爲人所欺。所得貨價、皆僞銀也。俊悉投之於河。曰無再陷後人也。

楊溥之父。服賈淮揚。有関中塩商。將千金寄公處。三年不返。公特遣人往関中詢問之。本商已謝世矣。止有一子。不知有金寄公處。他日公呼其子至。謂曰、此若翁所寄金也。其子叩謝攜金去。生子溥拜相。

問敞與伍嘗同官相善。嘗被徵。以俸銀一千三百兩寄敞。敞封記藏之、後伍嘗舉家病死。惟遺孤孫九歲。當臨沒之時。乃曰、有銀三

百寄敝家及孫長大求敝。敝見之。悲喜不勝。卽取銀還孫。孫曰祖言三百兩無一千三百兩。敝曰令祖病中誤言耳。卽君勿疑。

附錄 人之所賴以生者。惟錢財。能於錢財上寬一分待人。省一分濟人。若能事事留心。久久習慣。雖不見福。而禍自消矣。如一味刻薄以爲得計。一遇飛災蕩產傾家。所入不償所出。豈不悔之晚矣。願體集

錢財不可不惜。然亦不可苛刻。我能寬一分。則人受一分之惠。如小本生理。反挑負奔馳。營工度活者。惟仗工夫氣力養家活口。尤當倍加優恤。在我分毫之寬。所去有限。彼得一分一毫。其喜無窮。每見刻薄之人。取之盡錙銖。剝削半生。害起一旦。反致傾家蕩產。

人見寬厚之人終日受人侵削反能飽食煖衣終身無禍者比比然也人欲自算莫若觀人清夜將所見所知者屈指而計刻薄之後人與寬厚之後人孰亨孰否孰富孰貧便見天之報施不爽矣

同上

凡經商數十年而不一歸者此輩止知有利不知有天倫之樂也若雙親在堂不思歸省謂之無人心可也　同上

附錄

李制臺勸民習業諭　公諱世杰乾隆四十九年總制全川貴州人

人生習得一業即可養得一家故呂氏云國無游民則生之者衆矣若爲父母者一味舐犢之愛不令學習事業則無所用心必致游手好閒流入遊戲場中或此較拳棒好鬭逞兇

或講究吹彈。高歌低唱。甚至或嫖或賭。酗酒為匪。無所不至。
追貲財花盡。強者搶刼財物。弱者偷騙銀錢。重則斬絞大辟。
輕亦充發新疆。其所以然者。皆緣平日不學習正業之故。

本部堂恭膺
簡命。總制全川。有教養斯民之責。試為吾民詳論士農工商之
道。一曰士。居恒讀書。懷古奮志。芸窗揣摩。已成則奪魁掄元。
飛騰王路。為
朝廷股肱心膂之元臣。作
國家舟楫鹽梅之大器。顯親揚名。封妻蔭子。功垂竹帛。勳勒鼎
彝。流品之貴。莫過於此。一曰農。辨菽麥。執稻粱。課雨問晴。火

耕水耨。雖其事較勞。然實身家之切計。況辛勤半載。秋收之後。即可安閒度歲。滿車滿篝。多黍多稌。父母有飽食煖衣之樂。妻孥無號寒啼飢之憂。

國課早完。恬然自得。倘能干耦從耕。三冬就學。則且耕且讀。仍可獻策求名。以為

國家棟梁之材。是老農老圃。不可謂非儒者所為也。一曰工。名雖百工。道無二致。果能上緊留心。自然加倍出色。無論何項。皆可賺錢。不拘何行。俱能發迹。勿因技小而不為。勿謂利微而自棄。日計不足。月計有餘。市廛之中。良工大匠。多有成家立業。甚有名動君相。其子若孫。皆得箕治之傳。以獲利者。此

工之一不可不習也。一曰商。挾貲遠出。懋遷有無。或揚帆而來。或度嶺而至。流通貨物。待價而沽。命運一至。獲利數倍。如昔時陶朱卜式。致富之後。又復居官。是商之一道。亦與農工並重。更得與賢士大夫同日而語也。凡此四民。苟能專心致志。則富貴福澤。皆自無窮。爾等奈何以可士可農可工可商之身。甘爲不稂不莠。豈不可惜。合行出示勸諭。爲此示仰闔省士民人等知悉。爾等各視資質所近。不拘何項。務習一事。以爲終身之業。萬勿自暴自棄。試看犯罪到官之人。多因不能讀書以變化氣質。並不務農工商賈。流蕩忘返所致。本部堂目覩認眞讀書之人。自必青錢萬選。高擢巍科。至若力田逢

年所獲必多心苦業精其利自倍不待壟断居奇而販運往
來定獲多利爾等務須早夜警省各習其業迨至家給人足
比戸可封斯時熙熙皥皥上可以紓
聖天子軫念元元之至意而身任地方者亦可無愧於牧民之任
愼勿視爲常談有負告誡之意也特諭

節錄陳成卿先生戒賭十則

一曰壞心地夫盜賊所以罹王法而不容貸者惟奪人財耳假手
博弈以攘人財與盜賊何異且邇來賭局純用詐弊有三人當局
而朋謀一人者有幾人旁觀而交射一人者手口眉眼無非刼人
之利刃弟兄叔姪亦加巧陥之陰謀比之盜賊尤爲狡黠狠毒叉

有一等人。因賭傾家。飢不擇食。卽沒天理喪廉恥之事。亦悍然爲之。至使方寸地。爲牛羊踐踏。哀哉。

二曰耗貨財。彼好賭者。始爲貪得念重。陷入阱中。既因吝失情迷。苦戀局內。達者因偶失而小懲大戒。受害猶淺。若妄想來復。日復一日。則漸而囊資罄矣。漸而恒產費矣。又漸而稱貸積矣。每見富貴之後。因此無食無居。爲親族笑。甚有負債莫償。結訟受辱者。嗟乎。覆家之事。賭爲第一。嘗見鄙吝者。乎日惜金剜肉。而一擲動耗多金。豈不可笑。

三曰誤正務。士讀農耕工作商販。各有正務。一受賭迷。廢時失事。流落下賤。老大堪悲。卽偶爾隨波逐浪。未至沉溺不返。然此時身

被縶縛卽必不容緩之事亦姑待明日以至坐失事機必應經手之事亦轉託他人不無覆敗乃事靜言思之豈不悲哉

四曰傷天倫夫象賢亢宗親所同願不幸生不肖子以賭爲樂或己資耗去而百計以攘親財親財不給而多方以揭重債使高堂日夜憤鬱可謂有人心者乎若夫孀母撫孤恩苦十倍尋常孝子倍當謹身節用以供甘旨乃或比匪傾家使嗟薄命謂有子不如無子其罪惡尤重矣不惟是也更傷兄弟葢賭極貧窘强者侵欺弱者稱貸嫌隙一開相戕無已不惟是也更傷夫婦葢婦人苦樂惟夫是從忠言規勸動遭反目甚有因廢簪珥爭價至投繯者又見好賭之人子不能婚女不能嫁甚便衣食艱難終身失所乃知

好賭者。父母兄弟妻子無一不傷。滅絕天倫。莫此爲甚。
五、曰致疾病。好賭之人。終日酣戰。或繼以夜。眼目昏花。腰背疼痛。元神疲極。傷在血氣。或夜深羣息。艱得飲食。則忍飢忍渴。或興高神倦。恣任口腹。則過醉過飽。其傷在脾。或夏月蚊成陣。而薰蒸炎火之下。或冬天雞報曉。而奔馳霜露之中。受暑冒寒。其傷在肺。賭敗結算。乞假不得。求緩不能。情實可憾。怒氣難平。其傷在肝。賭局勝者其倖。而敗者其常也。非甚不肖。未有不自悔者。更有急需之用。又或他人所託。而一時棄擲。胡能自安。妻子慍而發怨言。父母怒而加切責。則傷更入心。至醉飽倦悶而歸。精神不足。虛火上炎。荒淫無度。則傷并及腎。種種狀生。皆賭之故。

六、曰結怨毒。大凡至親密友。一入賭局。頃刻翻顏。惡聲相加。甚至攘臂。蓋此事爭端甚多。怒性易發。一言不合。親情友誼。頃刻盡忘。即無報復。已傷雅道。況靡怨不答。人情之常。或明爲發難。或陰爲下石。如子所目擊者。某爲賭而致報復傾家。某爲賭而致假命畱獄。某爲賭而致同庠搆禍。名士被黜。某爲賭而致仕途相軋。能吏桂冠。嗟乎。當其登塲角勝時。豈知種禍至此乎

七、曰生事變。夫好賭者。乎昔相與之人。大都浪子多。而端士少。奔走効勞之輩。皆思鼠爲竊。而狗爲偷。或伺主人未歸。而乘虛以入。或窺門戶不閉。而投閒以來。此盜賊之變也。夜深人倦。或灶火未熄。而餘薪致焚。或燭燼旁延。而枯木燎毛。此回祿之變也。某生與

宦裔善乘生。夜戰方酣。直入卧室滅燈上床。婦認爲夫，聽其雲雨。事畢方知。懼露隱忍。某吏與庠士善。窺其婦艾。日假賭本誘使遠出。日則偕往。夜則託歸。密入通好。習以爲常。久之俱敗。此姦淫之變也。崇禎年一租房人苦少官租。告貸五金。半日俱失。歸卽縊死。此性命之變也。歷觀諸變。足爲寒也。

入日損品望。夫好賭之人。卽齒尚少。而識者料其無成。家正殷而論者決其必墜。愛汝者謂惜哉。昏迷不悟。堪悲無藥可醫。憎汝者謂幸矣。亡可立待。吾其拭目俟之。如望納交。人必曰若類弗可近。如願効勞。人必曰若類弗可託。如將議姻。人必曰若類弗能養。如思告貸。人必曰若類弗能償。噫好賭之人。一交不値信哉。

九曰召侮辱開賭之羣心如盜賊行同乞丐非最下一流人乎每見其誘人也奴顏婢膝無所不至一入其阱動加欺侮得勝者敬同上賓戰北者慢如輿隸債饒者百態款留囊空者千方揮斥嗟乎士即屈首蓬聰安心疏食曠觀天光雲影品題往古來今亦甚恬適尊巍也乃以角勝之故受鼠輩奚落是亦不可以已乎至於因賭舌戰辱及父母妻孥更為不肖之極矣

十曰失家教中人之性向上難而習匪易尊長端謹自持日以義方垂訓尙慮少年飄蕩每見祖父有自好賭而禁子孫之賭者令反所好每來反辱之譏斷斷無以服人況近墨者黑好賭者所往來大都浪子淫朋子孫一與相習志氣定日壞言行定日乖不止

以賭敗家也。至僕隸小人。亦須身率以正。如上行下效。致爲盜犯刑。非家長實教之偷乎。以上十戒其喚醒好賭痴迷可謂之言深切著明矣見此而不及早回頭立誓痛戒者真正下愚不移之人也　丹桂籍輯註

## 務勤尚儉

鄭北園曰、貧賤生勤儉。勤儉生富貴。富貴生驕奢。驕奢生淫佚。淫佚生貧賤。此循環之理、凡有生者不可不念。

柳玭戒子孫曰、余見名門大族、莫不由祖先辛勤節儉以成立之。莫不由子孫怠惰奢侈以覆墜之。成立之難如升天。覆墜之易如燎毛。言之痛心。汝等切記。

勤儉箴云、人生天地間。富貴誰不欲。己力不經營。日用安能足。成立最艱難。破浪易且速。貧窮因懶惰。借貸遭恥辱。儉用勝求人。奢靡莫隨俗。男若勤耕種。饑不愁穀粟。女若勤紡績。寒不慮衣服。勿謂長少年。光陰如轉軸。男女日長大。婚嫁事迫促。雙親有老病。百

費相繼續。臨期欲足用。閒時須積蓄。勉旃復勉旃。愼勿憚勞瘁。
傳曰。民生在勤。勤則不匱。人之不至匱乏者。每自勤苦中得之。爲
士而勤。則博學多聞。義理充積。學不匱也。爲農而勤。禾豐黍熟。倉
箱滿盈。食不匱也。勤於治家。則仰事俯畜。不飢不寒。家不匱也。勤
於治官。則政興務舉。民受其福祿。不匱也。愚者由勤而智。貧者由
勤而富。賤者由勤而貴。無不以勤爲本。夏禹聖人也。寸陰是惜。雖
生知之質。其勤尚如此。況吾儕乎。又曰。晏安鴆毒。不可懷也。爲士
而懶。則不學無術。甘爲下流。自毒其身也。爲農而懶。則不稼不穡。
家無蓄藏。自毒其生也。治家而懶。則生理蕭條。衣食不積。自毒其
家也。居官而懶。則綱紀廢墜。政事不舉。自毒其職也。吏之案牘不

清工之藝業不精。商之貿易困滯。皆懶之一字悞之。甚矣哉。懶之害人也。

羅景論曰、農民晝則力作。夜則頹然安寢。故淫念不生。魯敬姜教子曰、沃土之民不才。淫也。瘠土之民莫不向義。勞也。是勤可以遠淫邪也。戶樞不蠹。流水不腐。周公論文王之壽。必歸之無逸。是勤可以致壽考也。

彪曰此日當行之事。須於此日急行之。延至後日。諸事叠至。後日之事尚不能做。安能補前日之事乎。

彪曰大舜竭力耕田。大禹日惜寸陰。周公坐以待旦。孔子發憤忘食。四大聖人尚且勤勞若此。吾儕天資愚魯。發憤爲之。尚不能及

古人萬一安可優游虛度此日乎

古詩云少年輕歲月不解早謀身晚歲無成就低頭避故人

范文正曰吾遇夜就寢卽自計日間所為之事與飲食奉養之費果能相稱則就床卽寢此日所為若無益己利人之事則終夜不能安眠明日必求有以補之

彪曰一年之計在於春一日之計在於寅則人之必當早起也明矣此語最當思維不可忽略

韓魏公為首相事無大小必親理之諸般文卷雖甚暑熱汗流浹背必親閱之或勸其少息答曰吾備位宰相內而朝廷外而四方休戚皆關於我吾一刻偷閒則諸事廢弛必遺朝野之憂矣又司

馬温公爲相。勤政不息。客以公體羸瘦。引諸葛武侯食少事繁爲諫。公曰軍國事大。生死事小。雖勤勞至死。吾不悔也。

劉忠宣公諱大夏。嘗教子讀書外。兼令力農。雖遇天雨。公披蓑笠。親督耕耨。常曰。習勤忘勞。習逸成惰。吾苦之。將以益之也。公又言財貨。須務農服賈。辛勤所得者。始能久享。外來易得之物。必易失矣。烏能久乎。

宋陳瓘每日讀書有定課。不肯假借。鈇少。夜間床側。置鐵絲燈籠。眠則自息之、起則自燃之。或問床側置燈籠何用。曰吾雖值寒暑亦起讀書。若呼僮僕。便非可常之道也。遇人邀飲。但以大杯飲十杯而止。即先辭歸。不欲久留以廢正事。

勤學十二鑑　書中所載。刻苦勤學者。不可勝數。茲第舉諸人堪
楷式者。令人取法焉。桓榮少從師於長安。欲盡得師所學。十五年
不歸家。劉向酷嗜經術。每夜讀書竟至達旦。罷誠夜燃薪讀書。母
邮其疲。奪火使寐。猶不肯息。沈約篤志讀書。每夜限十卷。母恐其
致疾。常親自減油滅火。司馬温公以圓木爲驚枕一轉身則驚而
醒。即起讀書。吳越王錢鏐自少習兵法學武藝恐熟睡廢業。但枕
圓木而睡一驚即起名曰驚枕。置粉板於床內。有所記。即時書之。
令毋遺忘。至老不倦。張無垢年六十。大寒極暑。猶斂膝端坐。誦讀
六經不輟。王端毅公日則以政事。請教賢士大夫。夜則燃燈翻閱
經史。此數君子者。皆以勤學而致卿相。或爲公侯。又因學問過人。

名垂不朽然則後人。安可以此事讓古人。而使古人專美於前也。

又言行錄云。人生力學固在少年。然或少小貧窮。無力造就。則中年以後。立志發憤。亦未嘗不學成名就。為世尊仰也。荀子五十始學於鄒衍後亦為大儒。公孫宏四十始讀春秋。後竟以積學至宰相。朱雲四十始學周易讀論語。皇甫謐三十始習孝經與論語。此皆失於少年而晚年能補湊者也。觀諸賢之勤學。可得自勉之法矣。增集言行要編

彪曰慳吝與儉有大別。當於理之謂儉。專吝於財之謂慳。寒不惜婢僕。而令之無綿。食不惜婢僕而令之飢餓。剩肥餘羹。不令婢僕沾唇。家財甚多。而三族之極貧無告者。有求不賑。家財甚多。而最

善之事毫不肯爲乞丐至門任彼呼號而顆粒不與蓋儉者用財不過則之謂、非無良殘忍只知有財而不用之謂也願人深辨乎此也○又曰世人用財貴明義理加厚於根本雖千金不爲妄費浪用於無益卽一金已屬奢侈是以豐儉貴適其宜也吾見有人其待兄弟親戚故舊也絲毫必計不肯少假錙銖及爭虛體面爲無益之事以炫耀俗人之耳目則不惜無窮浪費此全不知本末輕重而豐儉倒施者也噫人而至於豐儉倒施諸凡豈有善行足觀也哉

昔人云、奢者二歲之入不足供一歲之用儉者一歲之入足供二歲之用至奢者猶不及至儉者尚有餘奢者心常憂儉者心常樂

奢者好親人。所以多過。儉者能遠人。所以寡禍。奢者好動。儉者好靜。奢者好煩。儉者好簡。有用一器畢生不損者。有穿一衣十年不敝者。如此始可云能儉也。

先輩云、天下生齒日繁。即以吾族計之。國初始祖僅一人。今男女且萬指。相距未三百年。已千倍於曩時。然而山川土田如故。所產之物。不增於前也。而取以供千倍之衆。物焉得不盡。人焉得不窮。況又益之以侈靡乎。以宮室論。曩樸素。今雕鏤矣。以衣服論。曩踈布。今羅綺矣。以飲食論。曩奉賓客。多不過六簋。今至加籩無算矣。止此物力也。向一人資之。尚加樽節。今千人共之。反濫用焉。即鬼運神輪。且不能給。此取求所以日急。而盜賊所以日繁也。

昔人云、貧賤之子孫。易於起家成立。者蓋服食器用。及吉凶諸費。規模樸素淺狹。每日所入之數。多於所出。此所以常有餘。富貴家之子孫。易於傾覆破蕩者。蓋服食器用。及吉凶諸費。爭尚華靡。非復貧賤時規模。且生齒日多。進益日少。昔時財產一人耑者。今十人分之。而費用之舊例。不能減。安得不貧乏耶。古人謂、由儉入奢易。由奢入儉難。智者當因時撙節。改一切廣大之規模。而復于其舊。庶不至飢寒之廹身。斯稱旋轉乾坤手段也。

昔人云、儉之一字。其益有三。安分於己。無求於人。可以養廉。減我身心之奉。以賙極苦之人。可以廣德。忍不足於目前。留有餘於他日。可以福後。

虎曰、子稱大禹。菲飲食。惡衣服。卑宮室。飲食之美者。曰山珍。曰、海錯。曰肥甘。曰膏粱。食而云菲。則非此四者可知矣。衣服之美者。曰錦衣。曰繡衣。曰華衣。曰狐裘。曰貂裘。衣而云惡。則非此五者可知矣。宮室之美者。曰大厦。曰峻宇。曰畫棟。曰雕梁。宮室而云卑。則非此四者可知矣。大禹天子也。其飲食衣服宮室節儉如此。今之富人衣服必華麗。飲食必精良。宮室必高大。享用過於天子。奢侈僭分。自己之福。安得不虧。子孫之福。安得不減。吾見富貴者之子孫。必貧窮潦倒。不能自支。亦理之無可辭者也。

張文節爲相。自奉甚儉。衣不易新。食不兼味。所親或諷之曰、公今受俸不少。而自簡若此。外人頗有過儉不中之嫌。公曰、以吾目前。

雖舉家錦衣玉食。何患不給。顧人之常情。由儉入奢易。由奢入儉難。今日之俸。豈能常有。一旦歸老林泉。子孫習奢已久。不能頓儉。必致失所。何若我作法於儉。使子孫不習於奢。豈非長久之計乎。又都督王信不事奢華、曰吾死之後。不至以奢侈成例。累吾子孫。即是我貽謀之善也。二人皆具遠識者也。

灼艾集云、人生衣食皆有定數。奢侈過用。數盡則終。儉約不貪。可延壽。譬如有錢一千。日用一百則可十日。日用五十。可二十日。若用一千則一日即盡矣。可不畏哉。或謂人有廉儉而命促。貪奢而壽長者何也。廉儉而壽促者。當生之數少也。若更奢侈則更促矣。貪侈而壽長者。當生之數多也。若更廉儉則愈長矣。

昔人云人生未老而享既老之福則終不得到老未貴而享已貴之福則終不得到貴

**飲食之儉**

李君谷為長社令日懸百錢於壁用盡即止東坡謫齊安每月朔取錢四千五百文分為三十束每日費用不過一百五十文嘗與李公擇書云口腹之欲何窮之有若能節儉亦是惜福延年之道又鄭仲亨日以數十錢懸壁間用之幸以為常不肯踰數嘗曰吾生平貧苦幸登一第苟不知足務求快意必減子孫之福矣

范文正公少貧讀書南都學舍每煮粟粥二升晝為四塊斷虀數十莖於上早晚取一塊啖之留守之子亦讀書學中歸告其父留

守以厨食饋公公卻而不受留守子曰、大人聞公清苦故遺以食物今卻而不受得非有他事開罪乎公謝曰非不感厚意蓋食粥安之久矣今遽亨盛饌後日豈能食此淡粥乎

石祖徠讀書南都侍郎王濟聞其困窮因饋以盤飧卻而不受曰今日固好明日何如如二賢者可謂不以口腹自累者矣

彪曰、士庶之家除貧者不必立例外富貴與中家日用之豐儉最當立有準繩富家五日一肉每日一小葷中家十日一肉間日一小葷此爲適中之制過豐過儉皆非宜也或謂余所言爲過儉非中道者余曰不然古先達有大貴而自奉甚儉者杜衍爲相國每食惟一飯一菜軒轅覲爲兩浙上憲每三日一食肉此方可謂之

過於儉。然而人終不敢謂二公儉不中禮者。二公所得之奉祿。悉以周、宗族親朋之貧乏。其自處極貧毫無私蓄。欲飲食少豐而不能。故儉約如此。觀二公自奉若此。則余所言。亦非過於儉者

仇泰然知明州。與一幕官相投。一日問及幕官家口幾何。日用錢幾何。答曰、家十口。日用千錢。公大駭曰、何用許多。又問曰幾日食肉。答曰、每日不能少。仇驚曰、某為太守。非三日外不敢食肉。公小官何食肉乃爾。安得持己清廉。遂疎遠之。

洙源曰、尚書劉南坦公。請老家居。有御使以飲食苛求廚役郡縣。患之。公曰、此吾門生。當開諭之。俟其來。款之曰、老夫欲設席恐妨公務。特留一飯。但老妻他往。無人治具。家常飯。能對食乎。御使以

師命不敢辭自朝至午飯尚未出御使飢甚及食至惟脫粟飯豆腐一器而已各食三碗御使覺過飽少頃佳餚美醸羅列盈前不能下箸公强之對曰已飽其不能也公諭曰可見飲饌原無精粗飢時易為食飽時難為味時使然耳御使驚服其訓後不敢以盤飧責人

服飾之儉　洪武初詔禁僭侈凡民間不得用錦繡綺羅止許用細絹其首飾釵環並不許金玉珠翠止用銀花一項有犯者即治其罪故其時家殷人足雖有水旱民不困窮後王不能守其法制聽民奢侈不加嚴禁一遇凶年民即飢饉天下由此日窮矣

虙曰明正德以前之諸帝貼身裡衣皆用松江三梭布為之不用

細羅守。明太祖之遺訓。不敢違也。

元英宗嘗御大安閣。見太祖世宗遺衣。皆以布棉爲之。重加補綴。嘆美良久。謂侍臣曰。祖宗創業艱難。服用節儉如此。朕安敢頃刻忘之。

明永樂退朝。坐右順門。偶露裡衣之袖。甚敝垢。成祖恐羣臣見。納而藏之。已而復露。侍臣有贊聖德者。上嘆曰、朕雖一日十易新衣。未嘗無也。但每自念人當惜福。故每浣濯更進。昔皇妣馬皇后躬補緝故衣。皇考見而喜曰、皇后居富貴而勤儉如此。可以爲子孫法。故朕當守先訓。不敢忘。侍臣頓首曰、陛下恭儉如此。誠可爲萬世帝王之法。

衞公臣知慶陽。僚友諸內眷會飲。金綺爛然。公之夫人全無首飾。衣惟細絹而已。既罷。夫人頗不樂。公曰。汝坐何位。曰首席、公曰既坐首席。又要服飾華美。天地間尊貴與富厚。豈能兼得耶。

搢臣曰、男子衣冠襪履。女子梳頭斂裙。在人情每每厭常喜新。趨於俗尚。似乎刻不可緩。豈知瞬息之間。卽有昔日所與。復爲今時所棄。今時所尚。旋爲異日所更者。愚意士君子衣冠襪履。必須適中。愼勿隨波逐流。類於市井。凡事矯矯。不隨人轉。尚恐不能節儉。何況乎隨波逐流也。

麟趾曰、劉公贄家法儉素。以身範飭家。凡冠巾衣服。子孫常守一法。不隨時增損。故以平時其子孫與士大夫雜處。望而知其爲劉

氏後裔也。

器用之儉　顏靖侯曰。人生衣取覆寒。食取充飢而已。養身之物尙不得如意。若一切器用。身外之物也。豈可任意取足。過求精美。不顧日後空乏乎。增改

彪曰。人家所用器皿。惟宜樸素粗牢。不可貪圖精美。貪圖精美。費便數倍。昔堯與舜。天子也。其所居之宮室。則茅茨土階。其所用之器皿。則汚鐏瓦杯。鐏酒壺也乃泥燒就者古之天子。尙節儉如此。是以桀造漆器。而羣臣切諫。紂用象箸。而諸臣並爭。天子尙不可用漆器與象箸也。故稱至治之世。今世不然。漆器則民家常用之物也。富貴之人。且有用紫檀花梨烏木者矣。至於象箸。則士庶常用之物也。

大富之家。且有加金鑲加雕鏤以飾觀者矣。若乃壺罇酒杯大富之家。且有用犀用金用蜜蠟瑪瑙者矣。華麗奢侈士庶皆過於古之天子。世安得不窮。人安得不爲利而走險如騖乎。噫、貧人甚可念也。世固有一床一桌不完全者有全無銅錫磁器者。今將小民之財。而獨聚之於我。而奢侈無藝如此。毫不念小民之困苦心何忍乎。彪所言甚過。安敢令天下之人從我。但願吾之子孫。堅守樸素。宜用竹木器者。以竹木爲之。宜用銅錫磁器者。以銅錫磁器爲之。不可多費財以求快心悅目之物。不可避寒儉之笑而從俗著侈。庶能留天地純樸之氣。延綿子孫之福祿。不致飢寒窮困流爲邪辟。吾願足矣。

范忠宣公諱純仁。食不重肉。衣惟布褐。娶婦將歸。或傳婦以羅爲幔者。公聞之不悅、曰。羅綺豈可作帷幔耶。吾家素清儉。安得亂吾家法。必不可持至吾家也。常曰、惟儉可以助廉。惟恕可以成德。

待客之儉　虒曰。凡待客宴客。最難適中。過奢則犯侈汰之病。過儉又招慳吝之嫌。昔賢處此。尚多未當。何況今人。相傳薛文清公瑄、魏尚書驥。其待客也。雖大官至。止一肉一菜。酒三盃而已。劉忠宣居憂在家。楫齋公奉差過岳州謁之。忠宣留飯。飯惟麥糈。菜止糟魚一味而已。更無他具。虒謂此惟三公可行。他人必不可學。蓋三公爵位皆尊。德望蓋世。天下咸敬信之。且家止有四壁。囊無一金。甕無石米。故可如此。若常人亦效之。未有不招詈罵而賈禍者。

竊謂待客當立一定之規。同里近親與密友有事相訪。或欵留之。茶惟三色酒六七行。繼之以飯。此爲當理。略過卽犯奢侈。若遠客至。應欵留者。或四茶或五茶。酒聽其量不必多勸。至若喜事宴客。坐中四五人。或六茶或七茶。佐以二麵八碟。客半醉。繼之以飯而止。此爲至當之理若坐有七八人者宜更加二茶二碟。至於會新親則當遵大禮而加厚。宴官長。當因尊貴而加豐。此在常數之外。不在此例者也。

李若谷遊汝州。屢謁太守。每留飯。竟不設肉。蓋以肉爲盛饌也。意太守禮遠客。肉且不常設。可見古人食肉者少。今人以肉爲尋常餚饌矣。風俗懸絕至此。

虎曰張莊簡公書屏有云。客至留飯。四碗爲程。餚隨便進酒隨量斟。法何妙也近世人情。塗飾耳目。客至盛款。謂不露寒酸本色。及至水落石出。貧之逼身。寡廉鮮恥。全不顧惜。何止露出寒酸本色也。噫人之失算。莫此爲甚矣。

搢臣曰、嘗見浪費之人。稍有銀錢。卽任意揮擢。止圖一時體面。不顧後日飢寒。不慮子孫困苦。噫愚矣、老來飢寒。廹身子孫困寒潦倒。甚或、流爲盜賊。回思昔時之體面。又安在哉。人宜將此細思矣。

温公曰先公爲郡牧判官。客至未嘗不置酒。或三行或五行不過七行而止。酒沽於市。菓止棃棗桃。運殽止一魚一肉。二蔬菜。器用磁漆。當時士大夫皆然。人不相非也。會數而禮勤。物薄而情厚。近

曰士大夫不遵先法。爭尙奢靡。可歎也。

基、曰凡燕客市肆魚肉。品味甚多。以充俎實。儘自足用。卽鄉落山間無處市買鮮肉。卽醃物亦可適。口又何必宰雞鶩。求借物哉。常人薄福。每見宴會。戕害物命。羅列珍饈。競相誇侈。嗟乎世固有半菽不飽者。伊可念也。昔人云食者甚美。死者甚苦。況有飽而不能食者。君子有敬客之心。不可無仁物之心也。

張佖、太宗朝爲史官。家多食客。一日太宗問曰。卿何食客之多。佖曰臣親舊多客都下。貧乏絕糧。臣累輕而俸有餘。飢常過臣飯。亦不過菜羹而已。一日上遣人伺其食時。突入取其客所食而去。果糲飯菜羹。上以其淸儉而能施惠。大敬禮之。

彪曰人家費財多者莫如往來之禮如一歲間有歲幕端陽中秋諸節又有婚喪慶壽賀子之禮其間繁而又繁者惟女家爲甚有數女者其費用不可勝計焉噫人家入息能有幾何安能應此無窮之用哉宜乎富者不能常而極貧者之多也然則治家者必當思慮之之法減之又減必不可減者乃始行焉一切小事及小節辰彼此無益費財之禮則竟當中止者也

附錄 儉美德也余謂仕路諸君子崇尚尤急數椽可以蔽風雨不必廣厦大庭也癡奴可以應門戸不必舞女歌童也繩床可以安夢魂不必花棃螺鈿也竹椅可以延賓客不必理石金漆也新磁可以供飲食不必成窑宣窑也五簋可以叙閒濶不必盛席優

觴也。經史可以悅耳目。不必名琴古畫也。去一分奢侈。便少一分罪過。省一分經營。便多一分道義。愼之哉、寒松堂集

# 人生必讀書卷之十一

瀫水唐彪翼修先生著輯

衛生部

攝養

總論　基曰、人之年壽長短。元氣所禀。本有厚薄。然人能善養。亦可延年。如燭有長短。使其刻畫相同。則久暫了然。若使置長燭於風中。置短燭於籠內。則以彼易此未可知也。彪曰、大寒之至。透骨裂肌。而花藏窖尸。可以繁茂而不凋。大熱之至。爍石流金。而冰藏井窖。可以堅凝而不解。無他人定能勝天也。故壽夭不関氣禀之厚薄。在乎攝養之謹肆耳。謹則或易羸病為

長年。肆則或變康强爲天折。未可知也。不必以賦薄爲憂也
衞生歌云恩愛牽纏、不自由。利名縈絆幾時休。放寬些子留餘福
免致中年早白頭。又曰衞生切要知三戒。大欲大怒并大醉。

**過勞損傷**　古人云、人一日之中一家之事。應接無窮。而勞形百由。起居不知節宣。萬感不令觧脫。乃恣意行爲勞動。不知五臟六腑之精。所當珍惜以安吾體六慾七情之傷。所當遠避。以養吾形。恃年力之壯。乃任意不以爲勞。何知衰朽之因。死亡之速。由此而致。然後求藥物以活吾命。豈可得哉。

孫真人云、貪欲無窮亡却精。用心不已失元神。勞形散盡中和氣。更仗何因保此身。心若太費費則勞。形若太勞勞則怯。神若太傷

傷則虛。氣若太損損則絕。戚戚於憂思。急急于求謀皆宜戒也。

彪曰、作事不可過則過。過則必至勞傷。故耳不宜極聽。目不宜極視。坐不至久。臥不至疲走不極速。是凡事過則。皆不可也。況才不逮而困思。力所不勝而强舉。焉能有不損傷者乎。

素問云、起居不節。用力過度。則脉絡傷。傷陽則衄血。傷陰則下血。又曰大喜傷陽。大怒傷陰。

**順時法天**

彪曰衛生之道。莫大乎法天。能法乎天。則可長生人世矣。豈但區區却疾已乎。駱䀣道嘗曰。修生之士。宜書月令於屏風。朝夕觀覽。使飲食居處運行休息。毋逆天時則延生其庶幾矣。靈樞素問二書屢言衛生之道總在毋逆天時。天時者動靜陰陽。

升降開闔。生長變化收藏也。以晝夜言之。晝從陽而動。故宜運行。夜從陰而靜。故宜休息動靜不可與天違也。春三月。天地之氣生升。宜效其生升。凡沉降肅殺之舉動。一切忌焉。夏三月天地之氣長發。宜順其長發。發卽開也。凡閉塞遏抑之行境。一切忌焉。秋三月天地之氣收肅。宜肖其收肅。凡開發增長之奉養。一切忌焉。冬三月。天地之氣收降。宜順其收降。凡升提擾動之作爲。一切忌焉。至於飲食四時宜忌。尤當謹也。春月宜食甘少酸。夏月宜食辛減苦秋月宜食酸減辛。冬月宜食苦減鹹。四季月宜食鹹少甘。推之用藥與針灸皆不可不知其理。一反之則違天背時。夭折人生命矣養生者不可不知此理。行醫者更不可不知此理也。

素問調神論云。升降浮沉則順之、寒熱温凉則逆之、皆所以順天時也。又曰、聖人春夏養陽。秋冬養陰。李東垣云、形氣不足者則朝服補氣藥以養陽。暮服補精藥以養陰。朝與暮、即有陰陽之分用藥不可顛倒也。

滇西山去、夏月伏陰在內。外雖極熱。內實伏寒。冷水沐浴。卧冷枕。凉瓜桃生冷皆切忌焉。冬月伏陽在內。大忌出汗。陽氣散洩。來年精神便不旺也。

戒嗔怒。　先哲云、氣欲順不欲逆。欲平不欲亂。逆亂則疾病生焉。嗔心一發。則氣逆而不順。亂而不平。養生者胸次宜如光風霽月。使吾身無逆亂之氣。而後可以却病延年也。

彪曰、怒氣一動。火即熾焉。怒出於肝。肝火一旺。能燥脾胃之精液。是不但一臟傷而兩臟皆傷矣。

孫真人曰、欲求長生須戒性。火不出兮心自定。木還去火不成灰。人常戒性能延命

節嗜慾　彪曰養生者宜遠色。理已見於色字部。然既見於彼。則不必再見於此。欲知養生之理者。宜取色字部參看焉。

彪曰、人之生死由乎精氣。精氣盛則壯健。弱則衰病。竭則死亡。如燈之需油。魚之需水。油乾則燈滅。水涸則魚亡。其理昭然可見也。

蒲傳正舊為杭州郡守。年將百歲。色澤光潤。如同嬰兒。鄉紳李覔問其術。答曰術最簡易。惟少年不放縱。將老絕慾。早無他術也。

彪曰遠行疲乏疾病未痊瘡瘍未愈及大醉飽皆不可入房至於讀書作文辛苦尤室諱慎蓋勞心而不節慾則火動入動則腎水日耗水耗則火益熾肺經受害變爲羸怯矣

昔人云冬至一陽生夏至一陰生其氣甚微如草木萌生易於傷伐倘犯色戒則來年精神必疲憊故二節之前後半月必不可不愼嗜慾也

古人云夏季是人脫精神之時心旺腎衰液化爲水不問老幼皆宜食煖物獨宿養陰

彪曰每月二十八日人神在陰在度事則觸犯人神無疾者必生病病者必增病卽壯盛之人亦生小病屢有徵驗也

眞空寺老僧教鄺子元云凡溺愛冶容而作色荒禪家謂之外感之欲夜深枕上思得冶容或成宵寐之變禪家謂之內生之欲二者之欲綢繆染着皆消耗元精若能離之則腎水自然滋生可以上交於心腎水上升心火下降疾病何由生也

憂愁損傷　瑄云養生者貴和暢其生機生機一暢則精氣源源而生生機者心中嘗怡適而無憂愁抑鬱也林英年高致仕貌如壯者問其何術至此答曰但生平不會煩惱一切吉凶禍患聽之天命不預憂也此無病養生之眞術也

靈樞經云內傷憂愁則氣上逆六脉不通血凝不散悲哀過情則心傷精神恍惚恐懼不解則怔忡驚悸五臟失守大驚則心無所

倚神無所歸故臨危冒險則神飛意外大驚則神恐

節減思慮　彪曰、思慮太多則心液乾枯睡眠不穩且心火不能生乎脾土則脾氣鬱結飲食減少欲求無病而壽不巳難乎

蘇東坡曰多思之患甚於好色思慮多則心火上炎腎水下滲心腎不交大疾起矣

鄭子元有疾真空寺老僧教之曰、相公之貴恙起於煩惱煩惱起於妄想妄想之來其幾有三或追憶數十年前榮辱恩讐悲懽離合及種種閒情此是過去妄想或事到眼前可以順應却乃畏首畏尾三番四覆猶豫不決此是現在妄想或期望日後富貴榮華皆如其願或期望功成名遂告老歸田或期望子孫貴顯以繼書

香與夫一切不可必成不可必得之事此是未來妄想三者妄想忽然而生忽然而滅禪家謂之幻心能炤見其妄而斬斷念頭禪家謂之覺心故曰不患念起特患覺遲此心若同太虛煩惱何處安腳至若思索文字妄其寢食禪家謂之理障經綸職業不惜勞苦禪家謂之事障二者之障雖非人欲亦損性靈若能遣之則心火不至上炎可以下交於腎

謹節飲食　虎曰食物須細嚼精味方得散運於脾胃充於血肉嚼而不細則祇為糟粕填塞腸胃耳至於堅硬之物尤須細嚼年高之人脾氣已虛不能運化一切食物尤須軟熟又可一次食者當分為兩次食也

彪曰、氣由胃運。飽則胃以充塞。氣阻不行。脾倦不能摩運。則爲痞爲脹。痞脹久留不去。痰血結聚。則爲食癥。爲痃癖。故素問云、飲食過倍。脾胃乃傷。又云、饑而飽食。經脈橫解。內爲腸癖。外爲痔漏。

孫眞人曰、不可太飢。飢則傷氣。不可太渴。渴則傷血。

眞西山云、晚飯須宜申酉時。向夜須防滯胸膈。不論少壯老年。食後皆不可卽臥。又古云、人欲壽長。久夜飯須減口。

彪曰、肥能發火。又能生痰。兼且滑腸。故油膩之物。必不可多食也。煎炒煿炙。生痰動火。發大癰疽。不可多食。且不宜乘熱食也。不可將塩點茶。能令下焦虛冷。

彪曰、毒菌河豚。自死禽獸。鮓醬陳臭。醃藏閉氣。生風之物。與粘膩

難化之物皆忌食之。

素問至真大要論云。氣傷於味。故厚味必傷疾病。酸多傷脾。苦多傷肺。辛多傷肝。甘多傷腎。鹹多傷腎。五味偏勝。久而增氣。氣增而久疾病生焉。夭之由也。

靈樞五禁篇云。肝病禁辛。心病禁鹹。脾病禁酸。腎病禁甘。肺病禁苦。五辛能發虛陽。引動相火。宜少食也。

彪曰、脾胃惡濕喜燥。必不可多飲茶湯。一老人年七十三。壯健如少者。人問其何術順養。答曰。吾無他術。但生平不習飲湯水耳。初時亦不能多減。須漸漸減之。日久脾胃燥。健氣盛。液行自然不渴。後不必減而自減矣。此吾所以老而壯健也。

彪曰、人生傷飲者多、傷食者少、人但知傷食、不知傷飲、醫者但識人傷食、不識人傷飲、豈知傷飲之害甚於傷食、久久不治、輕者變爲稠痰、重者化爲飲癖、飲癖者氣結一泡、裹水於其中、如猪之油泡者是也、腹中窒碍、多由此致、金匱云、嘔家本渴、今反不渴者、心下有支飲故也、又曰心下有支飲、其人若冒眩、又云其人昔壯今瘦、水走腸間、轆轆有聲、謂之痰飲、又曰水停於脇下、咳嗽引痛、謂之懸飲、又云多飲水流於四肢、不能從汗而出、身體疼重、謂之溢飲、此五飲者、本病既已難去、又能變爲他疾、雖治各有方、而醫者全然不知、人欲却病延年者、不可不致愼於此也、

灼艾集云、僕舊苦臟疾、遇一道者云、但不食豚、則疾去矣、忌至一

歲宿疾果愈且覺氣壯而神清。按本草云豚肉不可食能生風又
耗心氣文八尤所當戒且忌與吳茱萸白茱蕎麥同食也。
彪曰酒害最多已見於酒字部茲不再見。

**適寒溫** 素問云寒傷於血熱傷於氣故衣服欲適寒溫寒不使
悽愴熱不冷大汗。
彪曰一切飲食過熱增火過冷增寒更傷臟腑寒溫中適不生邪。
僻衣服太燠太凉皆能致病古云若欲無疾頻脫頻著妙訣也。

**防外感** 彪曰素問云百病始於風風者百病之長也故聖人避
風如避矢石焉是以坐卧不可當風而腦後尤須避忌夜卧風中
是自求禍也。

彪曰、靈樞百病始生篇云。風雨乘陰之虛。病起於上。而生積也、寒濕乘陰之虛病起於下。而成積也。故大寒大熱大風大霧。皆不宜遠行。若冒犯之。必有損傷也。

彪曰、風寒、之中人也。皆乘虛而入。勞倦之餘。入房之後。心內有憂。皆當避風。不避則邪必乘虛而入也。

彪曰。賊風尤當避忌。賊風者對冲月建之風也。月今最尊。而風敢觸犯之。故謂之賊風。假如正月建寅。大風從申方來。二月建卯大風從酉方來。三月建辰大風從戌方來。諸月皆然。人受其邪則變爲諸大病也。

養身雜訣　曾三曰、眼者神之戶牖。人多視則神必耗道非親歷

者不知、

彪曰、搢臣云。道書極貴口中津液。謂之金醴玉漿夜半醒後。與無事靜坐時皆宜以舌攪華池、華池者舌根之下。與下齒外之兩旁也。嗽而自嚥、不徒灌溉五臟。亦能止滅心火。口渴行之。又可代茶又可以斷茶、然須緘默少言。五味和淡。則口中津液始旺。

眞西山云、天寒起不宜太早以日出爲準則、

彪曰、六字訣治病有神驗。六字者噓呵呼呬吹嘻也、其字輕輕用口吐之。不可太重。重則傷氣。其訣噓則睜睛。呵則叉手於頂上。呼須撮口。呬則雙手上擎、吹則雙手抱兩膝頭、嘻則臥床行之。噓治肝病。呵治心病。呼治脾病。呬治肺病。三焦客熱。用嘻字也。大抵有

餘之病用此六字治之甚有速驗不足之病不相宜也又春肝太旺恐尅於脾有疾宜用噓以泄之夏心太旺恐尅於肺有病宜用呵以泄之他皆倣此

先哲云髮宜多梳齒宜數叩兩手常宜摩面食後行走百步手摩胸腹更轉手摩兩腎堂謂之運動水土

彪曰按摩導引以運動血氣筋骨大益於人凡安坐不用力之人氣血不運氣鬱血滯皆能致命能全行八段錦固佳不能全行行三四件亦大有益古人云戶樞不朽以其常運動也又曰身體切不可太安逸常宜小勞始無病也

養生雜忌一唾不宜遠○不宜大汗○不欲眼中揮扇○不欲數

數沐浴。○不欲多睡。○寢息不可失常期、○只宜漱齒。不宜淘古。○酒後。發渴。多飲茶水。則成飲癖。○久談不已。則傷氣。既寢尤不可多言。蓋睡則五臟皆橫、言則有妨於臟氣也。

臨病排遣。 先哲云。靜坐觀空。覺四大原從假合。一也。煩惱現前以死譬之。二也。常將不如我者。強自寬解。三也。造物勞我以生。遇病稍閒。反生慶幸。四也。宿業現逢。不可逃避。懽喜領受。五也、家室和睦。無交謫之言。六也。衆生各有病根。常自觀察克治。七也。風露謹防。嗜慾淡薄。八也。飲食寧節。毋多。起居務適毋強。九也。覓高明賢友。講開懷出世之談。十也。

先哲云、人生有病。乃係天命。或係運限。或屬孽緣。更當識破這個

軀殼一一是假一意安靜聽病如何煉磨心不在病自然重者漸輕輕者漸愈矣今人一有病患即怨人不扶持恨人不求醫嗔人不合藥責人不問候任性煩惱嗔怒不知生死是定數豈急躁可能免乎況心是身之主宰心若不寧臟腑血氣皆亂輕病必重重病必死故養病以寬心定心為主

郭伯康遇神人授以衛生之偈云自身有病自心知身病還將心自醫心境靜時身亦靜心生還是病生時郭用其言康強幾百歲佛經所云一切皆由心造也乃知人生並無治身之法但有治心之法

不可恃藥求壽　摺臣曰人謂上等之人無病服藥中等之人見

病服藥。愚謂無病服藥如同無事生事。夫無病服藥者。原欲預先滋補。殊不知不當補而補。益一臟則損一臟矣。補心而心旺則傷肺。補肝而肝旺則傷脾。唐孫思邈言藥勢有所偏助。令人臟氣不平。正謂此也。又裴潾諫憲宗云。藥以攻疾。非朝夕常用之物。至於金石之藥。其性酷烈有毒。又加以火煆煉。燥熱愈增。非人臟腑筋骨所能支持也。

**針灸功大**

虒曰、今人有病。但知服藥。醫人所習。亦知方藥、針灸之功。置不問也。不知岐黃乃醫中神聖。（岐黃者岐伯黃帝也）靈樞、素問二書。乃其所著。二書針灸之方。數千百條。而用藥者止三方。蓋愈疾之速。莫如針。欲治大疾。莫如灸。方藥不過治纖小之病耳。方藥力不

能及者。針灸能治之。針灸力不能及者。方藥不能治也。虛勞癱盤諸大病。惟百勞膏肓肝俞氣海巨闕中脘腰眼能治之。無如醫者置此不講。全不究心。病不死。人皆醫死之也。余天稟至薄。疾病百端。於必死之中。得不死。而且壽考者。每三年一灸之力也。願告世之患病。并行醫者。又人皆云灸火易。養火難。余謂并無難也。灸瘡至發爛之時。身體必衰弱。宜服補氣血藥二十餘劑。則精神足。而灸瘡易愈。病亦易除。不服補藥。則精神難復。灸乃無功。今人不知其理。而妄云養火難。每畏而不灸。是自害自殺也。又有謂灸之後一或憂遺。灸即無功。不知並無礙也。余或一遺。灸功仍在。惟不謹而自斲喪。乃無功耳。余心熱言眞。願世察聽。稍有虛詞。天誅鬼殛。

附錄　慎風寒。節嗜慾。是從吾身上却病。省憂慮。戒煩惱。是從吾心上却病。願體集

書云、精未通而御女以通其精。則五體有不滿之處。異日有難狀之疾。

流祖曰、美色妖麗。嬌姿盈房。以致虛損之禍。知此可以長生。陰符經曰、淫聲美色。破骨之斧鋸也。世之人不能秉靈燭以照迷津。仗慧劍以割愛慾。則流浪生死之海。害生於恩也。書云年高之人。血氣既弱。覺陽事輒盛。必慎而抑之。不可縱心恣意。一度一洩。一度火滅。一度增油。若不制而縱慾。火將滅。更去其油。欲其生也。不可得矣。

玄樞曰元炁者腎間之動炁右腎爲命門精神之所合愛惜保重榮衛周流神氣不竭與天地同壽　書曰恣意極精不知護惜虛損生也譬枯朽之木遇風則折將潰之岸値水先頹苟能愛惜節情亦得長壽也

攝養良箴　薄滋味　省思慮　節嗜慾　戒喜怒　惜元氣
簡言語　輕得失　破憂沮　除妄想　虛好惡　收視聽

又詩曰惜氣存精更養神少思寡慾勿勞心食惟半飽無兼味酒止三分莫過頻每把戲言多取笑常含樂意莫生嗔災涼變詐都休問任我逍遙過百春　以上俱出龔雲林醫書

夫婦正也然亦貴有節人之精力有限人之淫慾何窮以有限之

精力恣無窮之淫慾無怪乎年方少而壽遽夭人未老而力先衰也素女經云人生二十者六日一泄三十者十日一泄四十者二十日一泄五十者三十日一泄六十者當閉而勿泄然此特爲精力旺者言若單薄者當更加節省如此則不廢人道亦不致損傷元陽必子孫蕃衍筋力强固矣至風雨雷電晦朔弦望神聖誕辰及生辰忌日一或不謹得罪天地或身染異疾家致不祥生子形貌不全性格頑劣致種種災異尤不可不謹

士子讀書作文辛苦尤宜節慾蓋勞心而不節慾則火動火動則腎水日耗水耗而火熾則肺金受害傳變爲勞瘵欬嗽吐血之症生矣必至夭亡可不懼哉以上并錄丹桂集增輯